

## Des ateliers pour se soigner grâce à l'art

Publié le 26/10/2020 à 06:25 | Mis à jour le 26/10/2020 à 06:25



Suzy, Élisabeth et Leslie encadrent l'atelier d'art thérapie mercredi après-midi.

© Photo NR

L'Udaf 36 organise, deux fois par mois, des rencontres autour de pratiques artistiques pour aider des personnes en souffrance à surmonter leurs difficultés.

L'Union départementale des associations familiales de l'Indre (Udaf 36), gestionnaire du groupe d'entraide mutuelle Gem Cap 36, est une association d'usagers d'adhérents, dont l'objectif exclusif est de favoriser les temps d'échanges, d'activités et de rencontres susceptibles de créer du lien et de l'entraide entre les adhérents, au sein d'un lieu convivial.

Écoute, conseils et orientation Des ateliers sont organisés au Blanc, à raison de deux fois par mois ; deux après-midi pour accueillir des personnes présentant des troubles psychiques et leur proposer des ateliers.

« Ces ateliers permettent aux personnes adultes isolées, en rupture sociale, de se retrouver. Elles bénéficient d'une écoute, de conseils et d'orientation, si besoin. Nous proposons tout un panel d'activités à partager, dans la convivialité et la bienveillance », détaille Suzy Montaufier, aide médico psychologique, salariée de l'Udaf 36.

« L'art thérapie, c'est utiliser l'art pour le bien-être de la personne. Grâce à leur potentiel artistique, nous aidons les personnes à surmonter leurs difficultés physiques, psychologiques ou émotionnelles », ajoute Élisabeth Calas, art thérapeute. Plusieurs ateliers ont déjà eu lieu. Le dernier était par exemple dédié à la socioesthétique, mais il en existe d'autres consacrés aux jeux de société ou à des balades. Le prochain atelier se déroulera mercredi 9 novembre et le thème sera la calligraphie autour du prénom.